

Утверждаю Директор школы:

/Якупова Г.Ф./



МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 03.03.2023г (1-4 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
№12 Сбор.рецеп Дели 2017г	Салат из кукурузы к/с	60	1,23	2,11	4,92	59,58
№265 Сбор.рецеп Дели 2017г	Плов из говядины с рисом	50/150	16,03	18,16	45,91	415,89
№376 Сбор.рецеп Дели 2017г	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10	0,11	0,06	10,99	45,00
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 134. 2012 Дели+	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	40,00
Цена: 64,19 р		500	20,21	20,73	79,58	607,47

Меню на 03.03.2023г (5-9 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
№265 Сбор.рецеп Дели 2017г	Плов из говядины с рисом	50/200	18,97	20,36	54,79	509,83
№376 Сбор.рецеп Дели 2017г	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10	0,11	0,06	10,99	45,00
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,00
Цена: 30р		513	21,06	20,78	77,66	613,83